



# Acquérir l'autonomie : l'« Indépendant Living »

Une meilleure qualité de vie, des décisions prises de façon autonome et la possibilité de faire des économies sont quelques-uns des nombreux avantages d'une vie indépendante. Né de la croyance que ceux qui connaissent le mieux leurs besoins et leurs problèmes sont les handicapés eux-mêmes, ce mouvement a donné des opportunités et changé la vie de millions de personnes partout aux États-Unis.

## LES PROGRAMMES À L'AUTONOMIE VOUS AIDENT À :

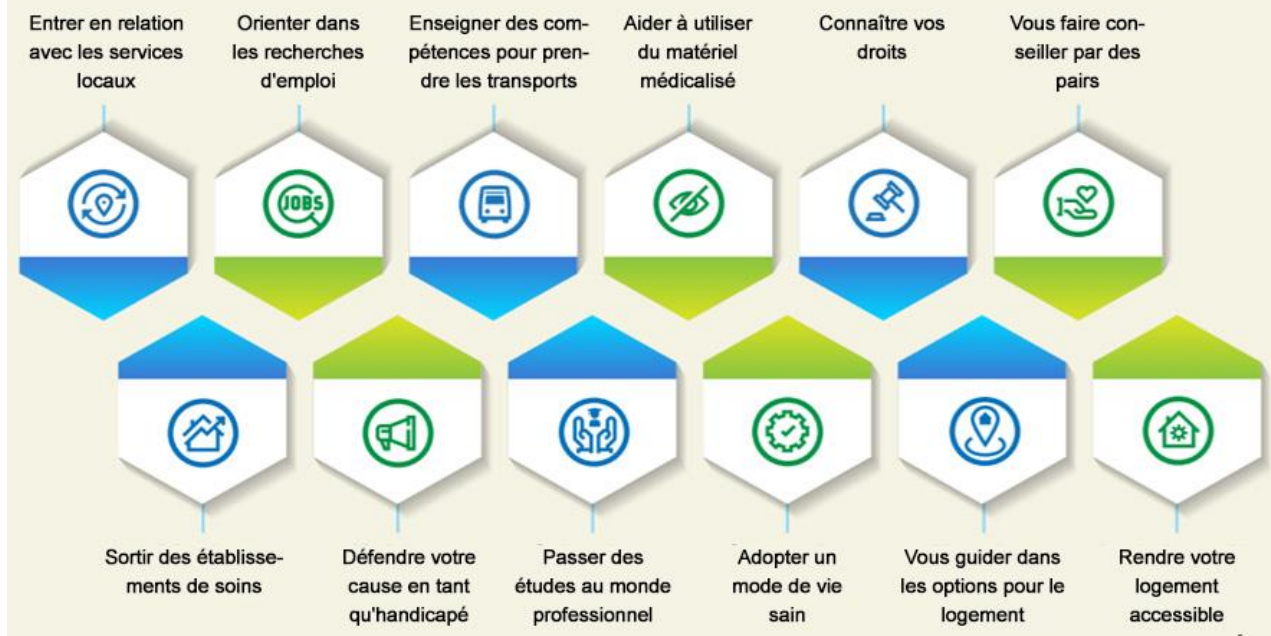


Figure 1: Source : Administration for Community Living (<https://acl.gov/sites/default/files/news%202018-08/ILProgramsIG.FinalWeb.pdf>)

### Q : Qu'est-ce que la philosophie de l'Indépendant Living ?

En quelques mots, la philosophie de l'Indépendant Living (= vivre sans dépendre d'autrui) postule que les personnes handicapées doivent avoir les mêmes droits civils, les mêmes

options et la même maîtrise de leurs choix de vie que tous les autres. Dérivée des efforts de désinstitutionnalisation pendant le mouvement des droits civils des années soixante, cette initiative socio-politique a entraîné un basculement dans la culture et les valeurs pour donner plus de droits, de liberté et d'indépendance aux handicapés. Aujourd'hui, grâce à ces initiatives de l'Indépendant Living, la vie des personnes souffrant de toutes sortes de handicaps s'est considérablement améliorée grâce à son travail pour favoriser les choix, la maîtrise et les possibilités de participer activement à la vie en société.

### **Q : Pourrai-je un jour vivre à nouveau de façon autonome ?**

Pour beaucoup, les avantages à rentrer chez soi après un séjour en centre de soins infirmiers l'emportent incontestablement sur les difficultés. Souvent, la plus grande difficulté pour opérer cette transition est de ne pas savoir que l'on a le choix. En 1999, la décision historique prise dans l'affaire *Olmstead v. L.C. (Olmstead)*\* a statué pour indiquer qu'aux termes de la loi sur la loi américaine ADA sur les Américains souffrant de handicap, les personnes en situation de handicap avaient le droit absolu de recevoir des aides et des services financés par l'état dans leur lieu de résidence plutôt qu'en établissements de soins. \*[https://stringfixer.com/fr/Olmstead\\_v.\\_L.C](https://stringfixer.com/fr/Olmstead_v._L.C). Les « Centers for Independent Living » offrent une assistance, des moyens et des formations pour faciliter le retour à la vie en autonomie. Voir la liste de l'ACL des CIL et des SILC par État (<http://www.acl.gov/programs/centers-independent-living/list-cils-and-spils>).

### **Q : Qu'est-ce qu'un « Center for Independent Living » (CIL) ?**

Fondés par la loi américaine sur la réhabilitation (« Rehabilitation Act ») de 1973, il existe plus de 350 Centers for Independent Living situés partout aux États-Unis, sur l'ensemble du territoire et dans tous les États. Conçus et gérés par des handicapés, ces programmes non résidentiels sont dirigés par des agences privées à but non lucratif et offrent de l'aide, des informations et des actions de défense afin de garantir à tous une égalité d'accès et leur permettre de prendre eux-mêmes leurs décisions quant à la façon dont ils souhaitent vivre, travailler et prendre part à la vie sociale, et à quel endroit.

### **Q : Quelles sont les ressources et services offerts par un CIL pour m'aider à reprendre ma vie sociale ?**

Tous les CIL ont pour tâche de donner des informations et d'orienter les patients, de former à la vie en autonomie, d'offrir une écoute et des conseils par les pairs, des actions de défense au niveau des individus et des systèmes ainsi que des services pour reprendre la vie en société. De nombreux centres offrent aussi une foule d'autres services pour améliorer la qualité de vie et aider dans l'emploi et au niveau de l'indépendance personnelle et dans la vie sociale : écoute psychologique, assistance pour trouver un logement, des services d'assistance personnelle, une orientation et une assistance pour les transports, de la physiothérapie, des formations à la mobilité, des technologies de réhabilitation et des programmes d'adaptation aux sports et aux modes de vie.

### **Q : Qu'est-ce qu'un « State Independent Living Council » (SILC) ?**

Chaque État, chaque territoire des États-Unis est tenu de maintenir un conseil pour la vie en autonomie qui travaille avec les CIL à élaborer un plan d'état pour la vie en autonomie (« State Plan for Independent Living », ou SPIL). Le SPIL définit les besoins et les priorités pour améliorer les services de vie en autonomie de l'État grâce à une vision et des objectifs unifiés.

Sources : Administration for Community Living

### **Vous souhaitez parler à quelqu'un ?**

Nos agents spécialisés répondent à vos questions.

Appelez notre numéro gratuit 1-800-539-7309 du lundi au vendredi, de 9:00 à 20:00 EST.

Ou demandez à être rappelé ou posez une question en ligne au

<https://www.christopherreeve.org/fr/get-support/ask-us-anything/form>.

Les informations contenues dans ce message sont présentées dans le but de vous informer et de vous sensibiliser quant à la paralysie et ses effets. Rien de ce qui est contenu dans ce message ne doit être interprété comme un diagnostic ou un traitement médical et utilisé au lieu et place de l'avis de votre médecin ou de tout autre prestataire de soins de santé qualifié. Si vous avez des questions liées aux soins de santé, veuillez appeler ou consulter rapidement votre médecin ou tout autre prestataire de soins de santé qualifié. Consultez toujours votre médecin ou un autre prestataire de soins de santé qualifié avant de vous lancer dans un nouveau traitement, un nouveau régime ou un nouveau programme de remise en forme. Ne jamais ignorer un avis médical ni tarder à le demander suite au contenu de ce message.

Cette publication est supportée par l'Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) dans le cadre d'une aide financière d'un montant total de 8 700 000 \$, financée à 100 % par l'ACL/HHS. Le contenu de ce document est celui de l'auteur ou des auteurs et ne représente pas nécessairement le point de vue officiel de l'ACL/HHS ou du gouvernement américain, ni ne constitue une approbation de leur part.